Rezept

Gebratene Nudeln thailändischer Art

Ein Rezept von Gebratene Nudeln thailändischer Art, am 27.04.2024

Zutaten

100 g	Reisnudeln
100 g	fester Tofu
50 g	frische Sojabohnensprossen
2	Eier
3 EL	Fischsauce
4 TL	Reisessig
2	Knoblauchzehen
1 Bund	Thai-Frühlingszwiebeln
4 EL	Öl
10 g	gepresste Tamarinde
2 EL	Zucker
1/2 TL	geröstetes Chilipulver

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 605 kcal

Zubereitung

1. Die Nudeln in eine Schüssel geben und 1 Std. in kaltem Wasser einweichen. Die gepresste Tamarinde 10 Min. in 6 EL Wasser einweichen.

2. Inzwischen den Knoblauch schälen und fein hacken. Den Tofu klein würfeln. Die Frühlingszwiebeln waschen und in 3 cm lange Stücke schneiden. Die Sojabohnensprossen in ein Sieb geben, kalt abbrausen und gut abtropfen lassen.

3. Für die Würzsauce die Tamarinde durchkneten, den Saft durch ein feines Sieb in ein Schüsselchen streichen. Fischsauce, Zucker, Reisessig und Chilipulver unterrühren.

4. 2 EL Öl im Wok (oder in einer großen Pfanne) erhitzen und den Knoblauch darin goldgelb braten. Die Nudeln abgießen, tropfnass hinzufügen. 2 Min. pfannenrühren. Die Würzsauce dazugeben und unter Rühren bei mittlerer Hitze weiterbraten, bis die Nudeln weich sind und die Sauce vollständig aufgesogen haben. An den Wokrand schieben (oder herausnehmen).

5. 1 weiteren EL Öl im Wok erhitzen. Den Tofu darin 2-3 Min. braten. Weiße Frühlingszwiebelstücke dazugeben und 1 Min. unter Rühren mitbraten. An den Rand schieben (oder herausnehmen).

6. Restliches Öl in den Wok geben, die Eier hineinschlagen und unter Rühren hellbraun braten. Nudeln und Tofu untermischen. Sojabohnensprossen und Frühlingszwiebelgrün unterrühren und nur kurz erwärmen.